



ほけんだより



R4年12月
昭和中学校
保健室

もうすぐ冬休みが始まり、2022年も締めくくりの時期となりました。今年度も感染症の影響で制限がありましたが、宿泊研修、修学旅行、体育祭、音楽集会などたくさんの行事を行うことができました。3学期も、いろいろなイベントが開催されるといいなと思います。

3学期を元気に迎えるために、休み中は、生活リズムを大きく崩すことのないよう過ごしましょう。



ご飯をしっかり食べる

元気に3学期を
むかえるために



早寝早起きで
生活リズムを乱さない



手洗い・うがい

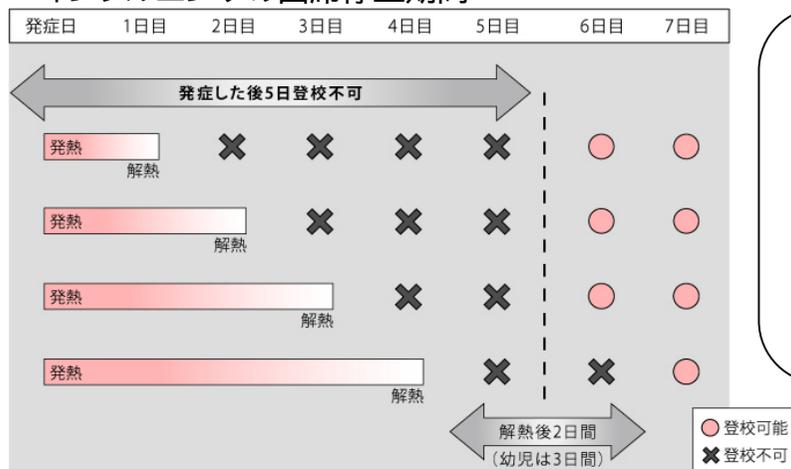


こまめな換気



メディアの長時間使用に注意!

インフルエンザの出席停止期間



この冬は、インフルエンザが流行するかもしれないと言われています。インフルエンザは、発症日を0日目として、5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまでは出席停止となります。



性教育出前授業

12月8日に、3名の助産師の方を講師にお招きして、学年ごとに性教育を行いました。性教育後進国の日本の授業ではなかなか聞くことができないけれど、とても大切な内容です。

1年「思春期のころとからだ」

自分を大切にすることは、周りの人を大切にすることになる。周りの人を大切にすることは、自分を大切にすることにつながるということが、印象に残った。

お母さんてすごいなって思った。



今生きていることは、本当にすごいことで、幸せなことだと思う。

大人とは、自分で考えて行動できたり、責任が取れる人だと分かった。

2年「中学生の今だから考えたいこと」

人の体についての悪口は、絶対に言ってはいけないと思った。

これは何か、お子様に聞いてみてください!

自分がいいと思っても相手が嫌だと思ったりするので、人が嫌な気持ちにならないよう接し方に気を付けたい。

自分として生きていることに、感謝したい。

自分を大切にすることで、相手もそうしてくれる。相手のこともちゃんと考えたい。



3年「ありのままの自分であるために」

性と一言で言っても、いろいろあり、ひとつひとつが大切だと思った。性や恋愛において一番大切なことは、相手を思いやることだと思う。

恋愛は、お互い対等であることが大切だと分かった。

今日学んだことを活かせるように、覚えておきたいし、自分も成長したい。

多様性と強調して言わなくてもいいくらい、生きやすい社会になればいいなと思う。

